

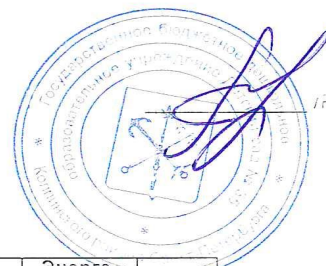
я Вита-

МЕНЮ
7 сентября 2023 г.
Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшеница высшего сорта обог. микроэлементами)	30	3,2	4,1	7	62	0
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (овсяные хлопья "Геркулес", вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	155	5	7,3	18,3	158	0,4
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергии) (пшено, вода питьевая, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	155	3,4	4,8	23,4	150	0
		КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	3,8	3,2	15,6	107	0,6
		ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150/5			7	28	0,8
Итого			365	12	14,6	40,9	327	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок абрикосовый 0,2)	147					0
		ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150/5			7	28	0,8
Итого			147					0
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ (картофель, лук зеленый, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,6	6,2	4,8	78	1,2
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (свекла, капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатное пюре, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, говядина б/к, сметана 15% жирности, соль йодированная)	150/10/5	4,2	6,2	7,7	106	5,1
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергии) (картофель, капуста белокачанная, лук репчатый, томатное пюре, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, говядина б/к, петрушка (зелень))	150/10/1	4	5,5	4,8	85	8,1
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ (рыба треска филе, батон нарезной пшеница высшего сорта обог. микроэлементами, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая)	60	8,1	4,7	5,1	95	0,2
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии) (говядина б/к, лук репчатый)	55	14,7	12,6	0,7	175	0,3
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (морковь, горошек зеленый консервы, капуста белокачанная, сахар песок, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	120	1,8	1,5	7,5	56	6,5
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии) (картофель, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	135	2,6	4,7	20,9	136	10,5
		ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150/5			7	28	0,8
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	27	1,6	0,2	10,6	52	0
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшеница высшего сорта обог. микроэлементами)	15	1,1	0,5	7,7	39	0
Итого			582	17,4	19,3	50,4	454	13,8
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 5,0% жирности, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, сухари панировочные, сметана 15% жирности)	100	17,7	9,1	16,1	221	0,2
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии) (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	110	5,8	4,8	26,8	174	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,4	3	7,3	74	0,8
		ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150/5			7	28	0,8
		ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ (печенье сахарное мука высшего сорта)	20	2,8	3,6	14,9	94	0
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	130	0,5	0,5	11,2	54	11,4
Итого			400	25,4	16,2	49,5	443	12,4
Всего				54,8	50,1	140,8	1224	27,2

МЕНЮ

7 сентября 2023 г.
Сад 12 часов



Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшеница, мука высшего сорта обог. микроэлементами)	30	1,5	8,7	10,3	125	0
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	205	6	8	27	203	0,5
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергии) (пшено, вода питьевая, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	205	4,4	5,1	30,1	183	0
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	3,8	3,2	15,4	106	0,6
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180/6			8,4	34	0
Итого			415	11,3	19,9	52,7	434	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	180	0,9	0,2	18,3	83	3,6
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180/6			8,4	34	0
Итого			180	0,9	0,2	18,3	83	3,6
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ (картофель, лук зеленый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	50	0,8	7,7	6,1	97	3,9
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатное пюре, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, говядина б/к, сметана 15% жирности, соль йодированная)	200/10/5	5,6	8,3	10,3	141	5,1
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ (рыба треска филе, батон нарезной пшеница, мука высшего сорта обог. микроэлементами, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая)	80	9,8	5,1	6,9	114	0,4
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (морковь, горошек зеленый консервы, капуста белокочанная, сахар песок, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	150	2,6	2,1	11,4	82	9,2
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии) (картофель, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	120	2,3	4,2	19	124	9,6
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180/6			8,4	34	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	27	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшеница, мука высшего сорта обог. микроэлементами)	23	1,8	0,7	12	61	0
Итого			731	22,3	24,1	65,7	580	18,6
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 5,0% жирности, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, сухари панировочные, сметана 15% жирности)	130	22,8	11,7	20,7	281	0,2
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии) (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	130	7,2	5,9	33	240	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	6	4	9,8	99	1,1
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180/6			8,4	34	0
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высшего сорта)	31	2,3	3	26	111	0
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	130	0,5	0,5	11,2	54	11,4
Итого			491	31,6	19,2	67,7	545	12,7
Всего				66,1	63,4	204,4	1642	36